



अधिक जानकारी के लिए मुझे किससे संपर्क करना चाहिए?

आपके घर के नजदीक में स्थित स्वास्थ्य केंद्र

NHS 24 हेल्पलाइन [लिन्हा SNS 24]

808 24 24 24

24/7 उपलब्ध है

प्रवासी एकता समर्थन के राष्ट्रीय केंद्र (CNAIM)

935 329 453 218 106 173

fernanda.silva@arslvt.min-saude.pt

में लिस्बन और टैगस वैली (ARSLVT) के क्षेत्रीय स्वास्थ्य प्रशासन का स्वास्थ्य कार्यालय

यदि आप अनुवाद संबंधित मदद चाहते हैं, तो आपको माइग्रेशन के लिए हाई कमीशन (ACM, I.P.) की टेलीफोन अनुवाद सेवा

808 257 257 218 106 191

पर संपर्क करना चाहिए। कार्य-दिवसों पर सुबह 9 बजे से शाम 7 बजे तक उपलब्ध है।



वेक्सिनेशन



वेक्सिनेशन ज़रूरी क्यों है?

वेक्सिनेशन का उद्देश्य कुछ बीमारियों के खिलाफ, दूसरों के बीच, सुरक्षा प्रदान करना है, उदाहरण के लिए टेटनस, हेपेटाइटिस बी, पोलियो, कोविड -19, मेनिन्जाइटिस और मीसल्स, जिससे व्यक्तिगत स्वास्थ्य और सार्वजनिक स्वास्थ्य की रक्षा होती है।

पुर्तगाल में वेक्सिनेशन कौन-कौन करवा सकता है?

पुर्तगाल में वेक्सिनेशन करवाना, प्रत्येक नागरिक का मौलिक अधिकार है। नेशनल वेक्सिनेशन प्रोग्राम, एक विश्वव्यापी कार्यक्रम है, जो पुर्तगाल में रहने वाले (नियमित या अनियमित) सभी लोगों के लिए निःशुल्क और सुलभ है।

नेशनल वेक्सिनेशन प्रोग्राम क्या है?

यह राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा (SNS) का एक प्रोग्राम है, जो पुर्तगाल में रहने वाले सभी लोगों को जन्म से ही मुफ्त में टीके उपलब्ध कराने की सिफारिश करता है और उपलब्ध कराता है।

मैं वेक्सिनेशन कहाँ करवा सकता/सकती है?

आपको उस स्वास्थ्य केंद्र में, जहां आप पंजीकृत हैं या आपके निवास के नज़दीकी स्वास्थ्य केंद्र में जाना चाहिए। यदि आपके पास आपकी वेक्सिनेशन हिस्ट्री है, तो आपको वह प्रस्तुत करनी चाहिए, इससे स्वास्थ्य केंद्र आपकी स्थिति के लिए, उपयुक्त समाधान खोजने के लिए आपकी सहायता करेगा।

क्या मुझे वैक्सीन लेने की आवश्यकता है?

नहीं, लेकिन आपको, अपने स्वास्थ्य और समुदाय के लिए, वैक्सीन लेने की सलाह दी जाती है।



क्या बच्चों को वैक्सीन लेना अनिवार्य है?

बच्चों को नेशनल वेक्सिनेशन प्रोग्राम के तहत वैक्सीन लेने की सलाह दी जाती है। वैक्सीन न लेने से, बच्चे के और अन्य लोगों का स्वास्थ्य खतरे में पड़ सकता है।



मेरी उम्र 18 वर्ष से अधिक है, क्या मुझे अभी भी वैक्सीन लेनी चाहिए?

हां, डिप्थीरिया और टेटनस के खिलाफ, जीवन भर बूस्टर के साथ, वैक्सीन लेने की सलाह दी जाती है। इन वैक्सीन के अलावा, आपको स्वास्थ्य समस्याओं से बचने के लिए अन्य वैक्सीन लेने की भी आवश्यकता हो सकती है, उदाहरण के लिए न्यूमोकोकल वैक्सीन, और यदि आप गर्भवती हैं तो आपको पर्टुसिस रोधी भी टीका लगवाने की आवश्यकता है। आपको अपने स्वास्थ्य केंद्र से सलाह लेनी चाहिए। यदि आपने बचपन में वैक्सीन नहीं ली थी या यदि आपके पास अपनी वेक्सिनेशन कार्ड नहीं है, तो बस, उस स्वास्थ्य केंद्र के नर्सिंग स्टाफ से संपर्क करें जहां आप पंजीकृत हैं या अपने घर के पास के स्वास्थ्य केंद्र का संपर्क करें।

कोविड-19 के खिलाफ, मैं वैक्सीन कैसे ले सकता/सकती हूँ?

यदि आपके पास नेशनल यूज़र नंबर है, तो आप नागरिकों के समान शर्तों के तहत वैक्सीन ले सकते हैं। यदि आपके पास नेशनल यूज़र नंबर नहीं है, तो आपको कोविड-19 वेक्सिनेशन पोर्टल द्वारा सेल्फ-शेड्यूल करना होगा या उस वेक्सिनेशन सेंटर में जाना होगा, जो "डॉप-इन" मोड में काम कर रहा है।

क्या वैक्सीन लेने के लिए मुझे पैसे देने होंगे?

नहीं। नेशनल वेक्सिनेशन प्रोग्राम में उल्लिखित वैक्सीन निःशुल्क हैं, यहां तक कि बिना नेशनल यूज़र नंबर वाले लोगों के लिए और घर की अनियमित स्थिति में भी। कोविड-19 के खिलाफ वेक्सिनेशन के लिए भी यही लागू होता है।